

Pastelka.

rodinné centrum

PROGRAM ÚNOR – ČERVEN 2026

PROGRAM ÚNOR – ČERVEN 2026	PONDĚLÍ	9.00 - 10.00	Šnečci (1,5 - 2 roky)	Kateřina Rybníčková
		10.15 - 11.15	Broučci (2 - 2,5 roku)	Kateřina Rybníčková
		14.30 - 16.00	Přírodovědný/včelařský kroužek (7 - 11 let)	Iva Drápelová
		15.30 - 16.30	Žabičky (1 - 1,5 roku)	Marie Staňková
		16.45 - 18.00	Relaxace pohybem aneb jógou proti stresu	Marie Staňková
		18.15 - 19.15	Pilates - zdravé posilování (kurz A)	Míša Krupicová
		19.30 - 20.30	Pilates - zdravé posilování (kurz B)	Míša Krupicová
	ÚTERÝ	9.00 - 10.00	Koťátka (od 2,5 let)	Lenka Nováková
		10.15 - 11.15	Tygříci (od 2,5 let)	Lenka Nováková
		11.30 - 12.30	Pulečci (miminka nechodící 6 - 12 měsíců)	Lenka Nováková
		14.00 - 15.00	Cvičení po porodu	Julie Jelínková
		17.45 - 18.45	Aby záda nebolela I.	Julie Jelínková
		19.00 - 20.00	Cvičení pro aktivní ženy I.	Andrea Ondrůjová
	STŘEDA	6.45 - 7.45	Ranní protažení, aby záda nebolela	Julie Jelínková
		8.00 - 12.00	Pasteláček	P. Zahradníková, L. Ptáčková
		14.00 - 15.00	Fit máma	Míša Krupicová
		15.10 - 16.10	Žížalky	Míša Krupicová
		16.30 - 17.30	Aby záda nebolela II.	Julie Jelínková
		17.45 - 18.45	Aby záda nebolela III.	Julie Jelínková
	ČTVRTEK	8.00 - 12.00	Pasteláček	P. Zahradníková, L. Ptáčková
		14.00 - 16.00	Réva - klub seniorů	Ivona Horáčková
		17.00 - 18.30	Rozmarýnci	Kateřina Rybníčková
		17.00 - 19.00	Když zem dá hlínu I + II. (jednou za 14 dní)	Olga Fryčová Hořavová
		19.00 - 20.00	Cvičení pro aktivní ženy II.	Andrea Ondrůjová
	PÁTEK	8.00 - 12.00	Pasteláček	P. Zahradníková L. Ptáčková
		8.00 - 9.00	Pilates - zdravé posilování (kurz C)	Míša Krupicová
		<u>Přednostní přihlašování pro účastníky z předchozího pololetí bude spuštěno</u> <u>ve středu 7. 1. 2026 od 10 h do úterý 13. 1. 2026 do 10 h.</u> <u>Pro nové zájemce přihlašování od středy 14. 1. 2026 od 10 h.</u>		